



AN ALLE



KINDER VON



GETRENNTEN ELTERN



Hey Du!

Dieser Brief ist **speziell für Dich**: für Kinder, deren Eltern sich trennen oder bereits getrennt haben. Wusstest Du, dass jedes Jahr über 70.000 Kinder erfahren, dass ihre Eltern sich trennen? Das ist eine ganze Menge, fast zwei Fußballstadien voll. Du bist also nicht allein damit, sowas durchzumachen. Und doch kann es sich manchmal so anfühlen. Zumindest war es bei uns so. Wir haben nämlich auch alle getrennte Eltern.

Und wir mussten uns vielleicht, wie Du, an zwei Wohnungen gewöhnen. Sich an die neuen Lieben unserer Eltern gewöhnen. Gewöhnung an den Wechsel von einem Elternteil zum anderen und daran, dass wir einen Elternteil vermissen. Wir haben Dinge vergessen. Manchmal haben wir nicht erwähnt wie schön das Wochenende mit einem Elternteil war. Wir hörten uns die negativen Dinge, die sie über den anderen sagten. Und manchmal fühlten wir uns schuldig und verantwortlich für ihr Glück. Kennst du das? Und tun Du auch nicht so leicht an jemanden? **Du musst wissen, dass du nicht allein damit bist.**

Und weißt Du was? Wir Kinder von der Villa Pinedo haben herausgefunden, dass wir so gar nicht für das Glück unserer Eltern verantwortlich sind. **Es ist nicht unsere Aufgabe**, uns negative Dinge anzuhören, die sie übereinander sagen, oder für die Kommunikation zwischen unseren Eltern zu sorgen, oder die Planung von Ferien und Geburtstagen zu organisieren. Das alles ist nicht unser Job! **Wir dürfen einfach Kinder sein.**

Aber wie machst Du das? Und was kannst Du selber tun? ♥

Das hat uns geholfen:

- ~> Sag Deinen Eltern, dass Du keine negativen Dinge über den anderen Elternteil hören willst, weil es Dir weh tut und Dich verletzt.
- ~> Wisse, dass Du beide Eltern lieben und mit beiden eine gute Zeit verbringen darfst.
- ~> Bitte Deine Eltern, selber klare Absprachen zu treffen, damit du nicht der Bote und Überbringer von Informationen sein musst.
- ~> Du hast das Recht, bei einem Elternteil auch über den anderen sprechen zu können.
- ~> Sprich mit anderen, wenn Deine Eltern nicht zuhören.
- ~> Hol Dir Hilfe, wenn Deine Eltern nicht miteinander reden, damit Du nicht für ihre Kommunikation verantwortlich bist.
- ~> Sag Deinen Eltern, wie Du Dich fühlst und was Du brauchst.
- ~> Sag Deinen Eltern, dass Du nicht für ihre Trennung verantwortlich bist, und dass Du ihnen die Verantwortung dafür zurück zu geben willst.
- ~> Zeig Deinen Eltern diesen Brief.

Du musst das nicht allein schaffen! ♥

Für uns war die Trennung manchmal wie eine Achterbahnfahrt. Du steigst ein und weißt nicht, was kommt. Die Fahrt ist holprig und kurvenreich. In einem Moment geht es steil bergauf und im nächsten bist Du im freien Fall. Bei einer Trennung ist es genauso. Von einem Tag auf den anderen steigst Du in so einen Karren und alles, was Du Dir vertraut ist, wird anders.

Hast Du Dich gerade an zwei Wohnungen gewöhnt, hat dein Vater eine neue Freundin. Sind die Sommerferien gerade erst vorbei, bist Du schon mit der Aufteilung der Tage an Weihnachten beschäftigt. Wir wissen, wie schwierig das sein kann, aber: Du musst das nicht alleine schaffen. In den Niederlanden gibt es uns in der Villa Pinedo. Wir schimpfen, lachen und weinen zusammen. Schütten unser Herz aus, fragen nach Rat und Tipps bei anderen Kindern. Gibt es das in Deinem Land auch? Dann könnt ihr gemeinsam schauen!

Alles Liebe, alle jungen Leute der Villa Pinedo

-X-